



| Lunes<br>Monday | Martes<br>Tuesday | Miércoles<br>Wednesday | Jueves<br>Thursday | Viernes<br>Friday |
|-----------------|-------------------|------------------------|--------------------|-------------------|
|-----------------|-------------------|------------------------|--------------------|-------------------|



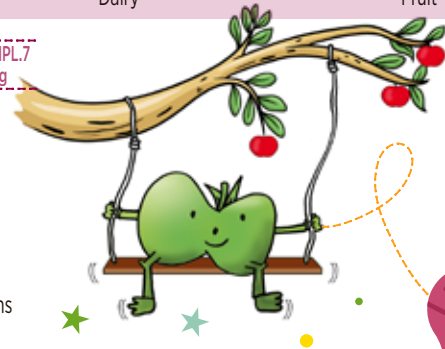
|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
| <p><b>1</b></p> <p>E 578Kcal / G 11g / Col.59g / IPL.10<br/>HC.86g / Fib.8g / P 31g / Sal 2g</p> <p><b>2</b></p> <p>Macarrones con boloñesa vegetal<br/>Sajonia en salsa de manzana<br/>Fruta del tiempo</p> <p>Macaroni vegetable Bolognese<br/>Garlic Saxony loin with apple sauce<br/>Fruit</p> | <p><b>3</b></p> <p>E 691Kcal / G 26g / Col.239g / IPL.11<br/>HC.82g / Fib.14g / P 26g / Sal 3g</p> <p>Judías verdes salteadas<br/>Tortilla de patata con lechuga<br/>Lácteo</p> <p>Sautéed green beans<br/>Spanish omelette with lettuce<br/>Dairy</p> | <p><b>4</b></p> <p>E 506Kcal / G 21g / Col.52g / IPL.11<br/>HC.60g / Fib.7g / P 17g / Sal 3g</p> <p>Crema de calabacín<br/>Salchichas frescas horneadas con rodaja de tomate<br/>Fruta del tiempo</p> <p>Zucchini cream<br/>Baked sausages with tomato slice<br/>Fruit</p> | <p><b>5</b></p> <p>E 559Kcal / G 16g / Col.53g / IPL.15<br/>HC.68g / Fib.14g / P 29g / Sal 1g</p> <p>Alubias blancas con verduras<br/>Merluza en salsa roja<br/>Lácteo</p> <p>White beans with vegetables<br/>Hake in red sauce<br/>Dairy</p> |
|--|--|--|---|

|   |  |   |   |   |
|---|--|---|---|---|
| <p><b>8</b></p> <p>E 621Kcal / G 28g / Col.306g / IPL.18<br/>HC.61g / Fib.9g / P 28g / Sal 3g</p> <p>Sopa de pollo<br/>Tortilla francesa con pan tumaca<br/>Fruta del tiempo</p> <p>Chicken soup<br/>Omelette with tomato bread<br/>Fruit</p> | <p><b>9</b></p> <p>E 712Kcal / G 34g / Col.53g / IPL.15<br/>HC.68g / Fib.12g / P 28g / Sal 3g</p> <p>Garbanzos con acelgas<br/>Hamburguesa al horno con champiñones<br/>Fruta del tiempo</p> <p>Chickpeas and chard<br/>Hamburger with mushrooms<br/>Fruit</p> | <p><b>10</b></p> <p>E 484Kcal / G 11g / Col.65g / IPL.14<br/>HC.61g / Fib.5g / P 32g / Sal 2g</p> <p>Crema de zanahorias y boniato<br/>Abadejo en salsa verde con guisantes<br/>Lácteo</p> <p>Carrot cream<br/>Pollack in green sauce with green peas<br/>Dairy</p> | <p><b>11</b></p> <p>E 727Kcal / G 35g / Col.55g / IPL.11<br/>HC.81g / Fib.4g / P 19g / Sal 2g</p> <p>Arroz con sofrito de verduras<br/>Chuleta de cerdo con pimientos<br/>Fruta del tiempo</p> <p>Rice with vegetables<br/>Pork chop with peppers<br/>Fruit</p> | <p><b>12</b></p> <p>E 735Kcal / G 35g / Col.58g / IPL.11<br/>HC.68g / Fib.8g / P 34g / Sal 3g</p> <p>Lentejas estofadas<br/>Albóndigas de pollo en salsa campesina<br/>Lácteo</p> <p>Lentils with vegetables<br/>Chicken meatballs with vegetable sauce<br/>Dairy</p> |
|---|--|---|---|---|

|   |  |  |  |   |
|---|--|--|--|---|
| <p><b>15</b></p> <p>E 541Kcal / G 13g / Col.67g / IPL.12<br/>HC.67g / Fib.14g / P 34g / Sal 2g</p> <p>Guisantes con patatas<br/>Pechuga de pollo con champiñones<br/>Fruta del tiempo</p> <p>Peas with potatoes<br/>Chicken breast with mushrooms<br/>Fruit</p> | <p><b>16</b></p> <p>E 449Kcal / G 12g / Col.55g / IPL.10<br/>HC.57g / Fib.7g / P 23g / Sal 2g</p> <p>Crema de calabaza<br/>Huevos gratinados con atún<br/>Fruta del tiempo</p> <p>Mixed vegetables<br/>Hard-boiled eggs gratin with tuna<br/>Fruit</p> | <p><b>17</b></p> <p>E 767Kcal / G 37g / Col.58g / IPL.11<br/>HC.78g / Fib.5g / P 27g / Sal 3g</p> <p>Espaguetis napolitana<br/>Salmón a la naranja<br/>Lácteo</p> <p>Napolitana tagliatelle<br/>Salmon in orange sauce<br/>Dairy</p> | <p><b>18</b></p> <p>E 701Kcal / G 32g / Col.53g / IPL.11<br/>HC.67g / Fib.17g / P 28g / Sal 3g</p> <p>Alubias blancas con puerros<br/>Albóndigas a la campesina<br/>Fruta del tiempo</p> <p>White beans with leeks<br/>Meatballs in vegetables sauce<br/>Fruit</p> | <p><b>19</b></p> <p>E 518Kcal / G 15g / Col.67g / IPL.14<br/>HC.59g / Fib.7g / P 34g / Sal 2g</p> <p>Menestra de verduras<br/>Bacalao en salsa roja<br/>Lácteo</p> <p>Mixed vegetables<br/>Cod in red sauce<br/>Dairy</p> |
|---|--|--|--|---|

|  |   |  |   |   |
|--|---|--|---|---|
| <p><b>22</b></p> <p>E 585Kcal / G 17g / Col.83g / IPL.12<br/>HC.65g / Fib.14g / P 32g / Sal 2g</p> <p>Judías verdes con jamón<br/>Merluza en salsa marinera<br/>Fruta del tiempo</p> <p>Green beans with ham<br/>Hake in sea style sauce<br/>Fruit</p> | <p><b>23</b></p> <p>E 619Kcal / G 23g / Col.0g / IPL.16<br/>HC.71g / Fib.18g / P 25g / Sal 1g</p> <p>Ensalada variada con queso<br/>Alubias pintas con zanahoria<br/>Fruta del tiempo</p> <p>Salad with cheese<br/>Pinto beans with carrots<br/>Fruit</p> | <p><b>24</b></p> <p>E 493Kcal / G 13g / Col.65g / IPL.7<br/>HC.58g / Fib.3g / P 32g / Sal 2g</p> <p>Sopa de fideos<br/>Codillo al horno con patatas panadera<br/>Lácteo</p> <p>Noodle soup<br/>Roast pork hock with potatoes<br/>Dairy</p> | <p><b>25</b></p> <p>E 738Kcal / G 24g / Col.57g / IPL.11<br/>HC.105g / Fib.8g / P 21g / Sal 6g</p> <p>Arroz a la milanesa<br/>Contramuslo de pollo asado con ensalada<br/>Fruta del tiempo</p> <p>Milanese style rice<br/>Roast chicken thighs with salad<br/>Fruit</p> | <p><b>26</b></p> <p>E 832Kcal / G 44g / Col.78g / IPL.15<br/>HC.68g / Fib.8g / P 36g / Sal 3g</p> <p>Garbanzos estofados<br/>Cocido completo: costilla, chorizo y morcilla<br/>Lácteo</p> <p>Chickpeas with vegetables<br/>Stew broth: rib, red sausage and blood pudding<br/>Dairy</p> |
|--|---|--|---|---|

|  |  |
|--|--|
| <p><b>29</b></p> <p>E 531Kcal / G 17g / Col.52g / IPL.11<br/>HC.67g / Fib.8g / P 21g / Sal 2g</p> <p>Patatas a la riojana<br/>Bacalao en salsa meniere<br/>Fruta del tiempo</p> <p>Rioja style potatoes<br/>Cod in meniere sauce<br/>Fruit</p> | <p><b>30</b></p> <p>E 634Kcal / G 26g / Col.112g / IPL.7<br/>HC.63g / Fib.8g / P 33g / Sal 5g</p> <p>Lasaña<br/>Lomo adobado con champiñones<br/>Fruta del tiempo</p> <p>Lasagne<br/>Tenderloin with mushrooms<br/>Fruit</p> |
|--|--|



En el comedor se sirven las cantidades acordes a la edad de los niños, lo cual modifica la calibración de cada franja de edad ajustándose así a sus necesidades (para rango de edad entre 3 y 8 años corresponden un 80% de la calibración indicada).

El menú incluye agua y pan. Estos menús han sido revisados y aprobados por la dietista-nutricionista colegiada CYL00134. Por causa de fuerza mayor Ausolan se reserva el derecho de hacer cambios en el menú.

NOTA



The portion served in the dining room adjusts to childrens age ranges according to their needs (ages between 3 and 8 are 80% of the nutrition facts).

The menu includes waterand bread. These menus have been checked and approved by professionals in human Nutrition and dietetics (Dietitian CYL00134). Ausolan may change the menu due to reasons of force majeure.

NOTA